FRITES DE POTIMARRON

Eplucher les potimarrons, les couper en petits bâtonnets de 7 mn de côté, les plonger dans l'huile bouillante et cuire comme pour les pommes de terre. Lorsqu'ils sont bien dorés, les égoutter, les saler et servir très chaud.

GRATIN DE POTIMARRON POMMES DE TERRE

Pour 4 personnes: 350 g de potimarron, 350 g de pommes de terre,

1 oeuf, 50 g de beurre, 100 g de gruyère râpé, 1 demi-verre de lait, sel, poivre, noix de muscade. Faire cuire le potimarron et les pommes de terre séparément.Passez-les au presse-purée. Ajouter l'oeuf, le lait, sel, poivre, noix de muscade. Versez dans un plat à gratin. Saupoudrez de gruyère râpé, ajoutez quelques noix de beurre. Mettez à four moyen pendant 15 à 20 minutes.

PUREE DE POTIMARRON

Pour 4 personnes: 750 g de potimarron, 2 oignons, 40 g de beurre, 2 jaunes d'oeufs, sel, poivre.

Faire cuire le potimarron coupé en morceaux. Passer au presse-purée. Dans une, casserole, faire blondir les oignons dans le beurre. Versez-y la purée en remuant le mélangez. Laisser mijoter

10 minutes. Hors du feu, ajouter les jaunes d'oeufs, sel, poivre et un morceau de beurre frais. Disposer dans le plat de service.

SOUFFLE DE POTIMARRON

Pour 4 personnes: 1 kg de potimarron, 3 oeufs, un demi-bol de sauce béchamel, 75 g de gruyère râpé, sel, poivre.

Eplucher les morceaux de potimarron, couper en gros morceaux et les mettre à cuire dans de l'eau bouillante légèrement salée. Les égoutter, les passer au presse-purée, presser un peu la purée pour qu'il ne reste plus d'eau, et les mélanger à la béchamel. Hors du feu, ajouter les jaunes d'oeufs, le gruyère râpé et les blancs battus en neige ferme. Verser le tout dans un moule à soufflé beurré, le remplir seulement au trois-quarts. Mettre aufour th 6 pendant 25 mn, puis activer la chaleur du four pendant 5 mn avant de servir.

TARTE AU POTIMARRON

Pour 6 personnes. Pour la pâte: 175 g de farine, 75 g de beurre mou, 1 jaune d'oeuf, 1 cuillerée à soupe de sucre, 1 pincée de sel. Pour la garniture: 1 kg de potimarron, 2 oeufs, 1 cuillerée à soupe de fécule, 200 g de noix de bécane, 1 cuillerée à soupe d'épices en poudre mélangées (cannelle, clous de girofle, gingeembre, noix de muscade). Un moule à tarte de 25 cm de diamètre. Préparation: 3 heures à l'avance, 20 minutes. Cuisson: pulpe, 20 minutes, tarte: 50 minutes.

Mettre la farine, le beurre, le sucre, le sel, le jaune d'œuf dans le bol d'un robot. Mixer jusqu'à l'obtention d'une boule, travailler la pâte un instant à la main, la glisser dans un

sachet et réserver au réfrigérateur 3 heures. Sortir la pâte, la laisser 10 minutes à la température ambiante et l'étaler sur une épaisseur d'1/2 cm. En garnir le moule beurré. Mettre au réfrigérateur. Couper, éplucher, épépiner le potimarron et détailler la pulpe en gros cubes, les faire cuire 15 minutes à la vapeur. Allumer le four (th 6). Réserver 50 g de noix de pécan et râper le reste. Mixer la pulpe de potiron, ajouter oeufs, fécule, épices, mixer encore une minute afin d'obtenir une crème lisse. Retirer le moule du réfrigérateur, garnir le fond de noix de pécan rapées et verser la garniture. Lisser le dessus, glisser au tour 45 minutes. Retirer du feu, disposer à la surface les noix de pécan réservées, laisser tiédir, démouler et laisser rétroagir avant de servir.

BEIGNETS DE POTIRON

Pour 6 personnes: 1 kg de potiron · 200 g de farine, 1/2 litre de lait, 2 oeufs, 1 c à soupe d'huile, sel, friture.

Deux: versions sont proposées pour la réalisation de la pâte à frire:

1ère version: prélever deux cuillerées de farine: délayer le reste avec les oeufs légèrement battus en omelette, une demi-cuillerée de sel, l'huile puis le lait, remuer afin d'éviter la formation de grumeaux, puis laisser reposer au moins une heure.

2ème version: prélever deux cuillerées de farine: délayer le reste avec les deux jaunes d'oeufs, une demi-cuillerée de sel. l'huile, puis le lait, remuer afin d'éviter la formation de grumeaux, laisser reposer au moins une heure puis, avant l'utilisation de la pâte, battre les blancs d'oeufs de quelques coups de fouet et les ajouter à la pâte.

Eplucher le potiron, le couper en tranches d'un demi-centimètre d'épaisseur environ puis faire des carrés de deux centimètres de cotés que l'on saupoudrera très légèrement avec les 2 cuillerées de farine réservées. Les plonger un à un dans la pâte à frire afin de bien les enrober puis les jeter en pleine friture. Lorsque les beignets bien dorés remontent à la surface, les retirer, les saupoudrer légèrement de sel fin et les servir bien chauds.

CHAUSSONS AU POTIRON

Les chaussons de potiron aux fruits de mer. Coupez en petits dés 300 grammes de cet énorme légume, salez, laissez dégorger au frais toute la nuit. Le lendemain, ajoutez-y 100 grammes d'oignons blondis au beurre, quatre ou cinq cuillerées de crème fraîche, un petit verre de calvados, du persil haché et les fruits de mer au naturel - coques. moules et palourdes - débarrassés de leur coquille. Salez légèrement, poivrez, mélangez le tout. Avec de la pâte feuilletée, faites de petits chaussons individuels et garnissez-les. Faites cuire une heure. à four chaud. Servez bien chaud.

CASSEROLE CREOLE

Pour 6 à 8 personnes: 1 kg de boeuf à braiser, 3 c à soupe d'huile, 3 c à soupe de cognac, 2 oignons, 2 gousses d'ail, 1/2 litre de bouillon de boeuf (eau et cube), sel, poivre, 60 g d'abricots secs, 60 g de pruneaux, 1 kg de potiron, 350 g de courgettes, 2 ou 3 épis de maïs.

Coupez la viande en morceaux, faites-les revenir dans l'huile chaude dans une grande cocotte, mouillez de cognac. Quand la viande est dorée, retirez-la et faites fondre à sa place les oignons et l'ail hachés, remettez la viande, mouillez de bouillon, assaisonnez et laissez mijoter 15 mn. Joignez les abricots et les pruneaux préalablement réhydratés et glissez la cocotte couverte à four chaud (200°C) pour 45 mn. D'autre part, pelez et épépinez le potiron, coupez-le en morceaux ainsi que les épis de maïs. Coupez également les courgettes en tranches. Ajoutez ces légumes dans la cocotte et continuez la cuisson pendant 30 mn.

CITROUILLAT

Préparation 24 h + 30 mn. Cuisson: 45 mn. Pour 6 personnes: une pâte brisée faite avec 300 g de farine, 150 g de beurre, une pointe de sel, 3/4 d'un verre d'eau (verre à moutarde ordinaire). Garniture: 1 kg de citrouille, 3 gousses d'ail, une poignée de persil, une tasse de crème fraîche, sel, poivre, un jaune d'oeuf.

La veille épluchez la citrouille et coupez-la en cubes, mettez ces cubes sur une grille à pâtisserie par exemple au-dessus d'un grand plat ou d'une terrine. Poudrez de sel pour que la citrouille rende son jus. Faites une pâte brisée avec les ingrédients indiqués. Etalez sur une planche farinée en un rectangle assez grand pour pouvoir ensuite être replié en chausson. Mettez la pâte sur une tôle à pâtisserie, sur un coté de la pâte mettez les cubes de citrouille, poivrez et salez peu, saupoudrez d'ail et de persil hachés. Avec un pinceau, mouillez les bords, du rectangle, repliez et collez comme pour un chausson aux pommes. Dorez au jaune d'oeuf délayé d'un peu d'eau. Faites une cheminée au centre pour que la vapeur puisse s'échapper. Mettez à four chaud (th 8-9) pour saisir la pâte; baissez la température au bout de 20 minutes. Si la pâte dorait trop fortement, protégez au besoin avec une feuille d'aluminium. Versez la crème par la cheminée avant de servir. Ce plat campagnard s'accompagne d'une salade rustique, chicorée frisée ou scarole aux lardons.

COURGE PANEE

Pour 4 personnes: 1 kg de courge, 1 oeuf, 100 g de chapelure, 100 g de beurre, 100 d'emmenthal, sel, poivre.

Couper la courge en tranches de 1 cm d'épaisseur. Passez-les dans l'oeuf salé battu, puis dans la chapelure. Après avoir laissé au frais 1 h, faites dorer les tranches des 2 côtés et cuisez-les lentement dans le beurre blondi sans les superposer. Salez, poivrer et sur chaque tranche mettre une fine tranche de fromage. Couvrir et maintenir le feu bas jusqu'à ce que le fromage soit fondu. On peut mettre aussi quelques minutes à four chaud.

CREME DE POTIRON

Pour 4 personnes. Préparation 15 minutes. Cuisson: 35 minutes. 1 kg de potiron, 2 poireaux, 3 gousses d'ail, 50 g de beurre, 10 cl de crème fraîche, sel.

Eplucher les poireaux, les laver et émincer finement les blancs. Eplucher le potiron et le couper en morceaux. Dans une cocotte, mettre le beurre à fondre et faire revenir sur feu doux, sans coloration, les poireaux. Ajouter le potiron et les gousses d'ail. Mouiller avec 1,25 l d'eau, saler, porter à ébullition puis laisser cuire 30 minutes sur feu moyen. Ensuite passer ou mixer. Verser la crème de potiron dans la soupière, servir aussitôt et présenter, à part, la crème.

FLAN AU POTIRON

Pour 4 personnes: 1,400 kg de potiron tout épluché, 2 décilitres de lait, 50 g de farine, 70 g de beurre, 4 oeufs, sel, poivre, 1 c à café d'ail semoule, 1 pointe de quatre épices, 1 petite cuillerée à café de cannelle en poudre.

Coupez le potiron en morceaux, faites-le cuire 30 mn dans de l'eau salée, égouttez-le, passez-le, incorporez la farine, le poivre, les quatre épices et la cannelle. Ajoutez les oeufs battus et faites cuire le tout dans un moule beurré 55 minutes à four doux. Démoulez.

FLAN DE CITROUILLE AU FROMAGE

Préparation: 20 minutes. Cuisson: 50 minutes. Pour 4 personnes: 1 kg environ de citrouille, 2 pommes de terre farineuses, 100 g de beurre, 75 g de gruyère, 75 g de parmesan, 1 cuillerée à soupe de sucre en poudre, 4 oeufs, chapelure, noix muscade, sel, poivre.

Coupez la citrouille et les pommes de terre en gros dés. Faites bouillir environ 1 litre 1/2 d'eau salée. Jetez les morceaux de citrouille et de pommes de terre dans cette eau en pleine ébullition; ajoutez ia cuillerée de sucre, couvrez, laissez la cuisson s'achever (30 minutes). Egouttez les morceaux de citrouille, mettez-les dans une mousseline, laissez-les égoutter, puis passez-les au tamis ainsi que les pommes de terre. Assaisonnez cette purée de poivre et d'un

peu de noix muscade râpée; ajoutez 50 grammes de beurre et les fromages rapés. Battez les oeufs en omelette, ajoutez-les à la purée, mélangez bien. Allumez le four (température élevée). Mettez le reste du beurre dans le plat à gratin; faites-le fondre au four. Quand le beurre est fondu, basculez le plat en tous sens, puis versez le reste du beurre dans une tasse, versez la purée de citrouille dans ce plat beurré. Saupoudrez le dessus de chapelure, arrosez avec le reste de beurre fondu, mettez à dorer au four. Servez très chaud dans le plat cuisson.

GNOCCHI DE POTIRON

500 g de potiron, 150 g de farine, 2 oeufs, 1 filet d'huile d'olive, 50 g de beurre, 100 g de gorgonzola, 10 cl de crème fraîche, sel poivre.

Cuire le potiron en petits dés. Egoutter à fond et le passer au moulin légumes. Incorporer la farine, les oeufs battus, sel, poivre. Travailler jusqu'à obtention d'un pâte qui se détache des doigts. Faire des petits boudins de 2 cm, les fariner légèrement. Cuire les gnocchi dans de l'eau bouillante salée additionnées du filet d'huile. Retirer les gnocchi lorsqu'ils remontent à la surface. Faire du beurre, y fondre le gorgonzola émietté, ajouter la crème fraîche, saler, poivrer. Napper les gnocchi de cette sauce.

GRATIN DE POTIRON

Pour 4 personnes: 1 kg de potiron, 40 g de beurre, 40 g de farine, 1/2 litre de lait, 1 dl de vin blanc, 150 g de fromage râpé [Beaufort, gruyère), 50 g de crème fraîche, sel, poivre, noix muscade, quelques brins de ciboulette.

Epluchez le potiron, épépinez-le et coupez-le en cubes. Faites-les pocher à l'eau bouillante salée pendant 10 mn. Egouttez-les et disposez-les dans un plat à gratin. D'autre part, faites un roux blond avec le beurre et la farine, mouillez de lait et faites épaissir sur feu doux en remuant. Ajoutez le vin blanc, le fromage râpé et la crème. Assaisonnez, joignez la ciboulette hachée. Versez cette sauce sur le potiron et faites gratiner à four chaud (220°C) pendant 15 mn environ.

GRATIN DE POTIRON A LA VIANDE

Pour 4 personnes: 1 morceau de potiron de 1 kg, 250 g de pommes de terre, 100 g de fromage rapé (comté ou emmenthal, 450 g d'agneau désossé (épaule sans os), 2 oignons, 1 gousse d'ail, 50 g de beurre, 40 g de raisins secs, 1 pointe de couteau de quatre-épices, 1 c à café rase de cumin en poudre, 5 c à soupe de persil haché, 1 oeuf, 2 c à soupe d'huile d'olive, sel poivre.

Retirez l'écorce du potiron, faites tomber les graines, avec la pointe d'un couteau, détaillez la pulpe en cubes et lavez ces derniers sous un filet d'eau claire. Epluchez les pommes de terre au couteau économe, lavez-les et découpez aussi la chair en cubes. Faites cuire ces deux légumes ensemble à la vapeur pendant environ 30 mn, ou bien en autocuiseur durant 15 mn. Pendant la cuisson des légumes, préparez la garniture de viande: découpez l'agneau en cubes

puis hachez-le grossièrement en utilisant un robot ménager. Pelez les deux oignons et l'ail puis hachez-les très finement. Dans une poêle faites chauffer l'huile doucement, jetez-y le mélange d'oignons et d'ail et laissez étuver à couvert à feu très doux, ajoutez la viande, le persil haché, le quatre-épices, le cumin, une pincée de sel et de poivre. Mélangez soigneusement le tout et laissez légèrement colorer à feu un peu plus vif. Hors du feu ajoutez les raisins secs et l'oeuf battu. Préchauffez le four thermostat 7 (210°C). Réduisez le potiron et les pommes de terre en purée salez et poivrez. Ajoutez à la purée obtenue 30 g de beurre et la moitié du fromage râpé. Dans le fond d'un plat à gratin étalez le hachis de viande. Recouvrez avec la purée, lissez la surface à la spatule et saupoudrez du fromage râpé restant. Répartissez sur le dessus le beurre restant en noisettes. Enfournez, laissez cuire 25 à 30 mn. Le dessus du gratin doit avoir une couleur dorée en fin de cuisson. Servez très chaud dans le plat de cuisson. Vous pouvez aussi utiliser des restes de viande.

GRATIN DE POTIRON AUX OIGNONS

Pour 4 personnes: 1 kg de potiron, 250 g d'oignons, 4 c à soupe d'huile d'olive, 1 gousse d'ail, 20 g de beurre, 50 g de fromage râpé (gruyère, parmesan).

Epluchez et épépinez le potiron, coupez-le en cubes et faites-les pocher à l'eau salée. D'autre part, pelez et émincez les oignons, faites-les étuver doucement dans 3 c à soupe d'huile d'olive pendant 10 mn. Frottez d'ail un plat à gratin en terre, beurrez-le, garnissez-le en couches alternées de cubes de potiron égouttés et d'oignons. Terminez en saupoudrant de fromage râpé et faites gratiner à four chaud (220°C) pendant 15 mn environ.

GRATINEE AU FROMAGE

Préparation: 10 minutes. Cuisson 40 minutes. Pour 6 personnes:

1, 500 kg de potiron, un pot de crème, sel, poivre, 50 g de gruyère râpé.

Coupez la tranche de potiron en plusieurs morceaux pour pouvoir l'éplucher plus facilement. Recoupez la chair du légume en cubes de 2 à 3 cm de côté, mettez-les dans un plat à gratin, saupoudrez de sel fin ce qui aura pour effet de faire rendre au potiron son eau. Placez dans le four chaud (th 8), laissez cuire jusqu'à ce que Le potiron soit souple sous la fourchette (30 minutes). En principe il ne doit y avoir que très peu de jus dans le plat sinon laissez réduire ou éliminez le jus. Poivrez, ajoutez quelques cuillerées de crème fraîche et saupoudrez le tout de gruyère, remettez au four pour gratiner. Servez tel que ou en accompagnement d'un poulet rôti ou d'un rôti de porc ou de veau. Ce plat peut aussi se préparer avec une sauce blanche. Pour cela procédez à la cuisson du potiron de la même façon que précédemment et ajoutez la crème fraîche en fin de cuisson. D'autre part faites une sauce blanche avec 40 g de beurre, 20 g de farine et 3 dl de liquide eau et lait mélangés. Ajoutez un peu de crème dans la sauce et la moitié du gruyère râpé. Versez la sauce dans le plat et saupoudrez du reste de gruyère râpé. Faire gratiner à nouveau.

GRATINEE DE POTIRON

1 pomme de terre, 1 oignon, 250 g de potiron, 6 feuilles de blettes très vertes, 1 c à soupe d'huile, 100 g de gruyère râpé, 8 tranches fines de pain, 10 g de beurre, lait, sel, poivre .

Faire étuver 5 mn l'oignon émincé sans le laisser rissoler. Hacher grossièrement la pomme de terre, couper le potiron, ajouter l'oignon et faire cuire 10 mn. Couper en julienne les feuilles de blettes et les ajouter. Mouiller avec de l'eau chaude, saler, poivrer, couvrir et faire cuire 45 mn. Faire griller les tranches de pain. Egoutter les légumes en conservant le jus. Passer les légumes au moulin et tartiner les tranches de pain avec la purée obtenue, saupoudrer de fromage râpé et faire gratiner à feu doux. A l'eau de cuisson ajouter le lait nécessaire pour obtenir 4 assiettes, saler, poivrer. Mettre le bouillon dans la soupière et servir en même temps les gratinées.

POTAGE A LA CITROUILLE

Pour 6 personnes: 250 g de citrouille, 3 carottes, 3 cuillerées à soupe de crème de riz, 50 g de beurre, 1/2 litre de lait, 1 litre 1/2 de bouillon ou d'eau, 3 cuillerées à soupe de crème, 1 cuillerée à soupe de sucre, cerfeuil, sel et poivre.

Faites fondre la moitié du beurre dans une petite casserole: ajoutez les carottes en rondelles, salez et poivrez; laissez étuver 10 minutes à feu doux en veillant à ce qu'elles n'attachent pas. Faites bouillir le bouillon (ou l'eau) dans un fait-tout. Ajoutez une louche de ce bouillon à la cuisson des carottes; mélangez avec le jus de cuisson des carottes. Versez ces carottes dans le fait-tout de bouillon ajoutez la citrouille et le sucre en poudre, salez et poivrez, laissez cuire 25 à 30 minutes. Passez le tout au presse-purée, remettez sur le feu. Délayez la crème de riz avec le lait froid, versez dans le potage, laissez cuire 7 à 8 minutes. Versez le potage dans la soupière rectifiez l'assaisonnement, ajoutez la crème fraîche et le reste de beurre, mélangez. Saupoudrez de cerfeuil haché. Servez.

POTAGE AU POTIRON

Pour 6 personnes: 750 g de potiron, 3 oignons, 1 gousse d'ail, 4 ou 5 pommes de terre farineuses, 1 petit pot de crème, 30 g de beurre, sel, poivre, muscade, 2 jaunes d'oeufs, 1 litre de lait ou plus.

Dans une grande casserole mettez le beurre et les oignons émincés. Dès qu'ils commencent à se colorer, ajoutez les cubes de potiron et de pommes de terre. Salez, ajoutez 1 verre d'eau et l'ail. Couvrez et laissez cuire à feu doux. Quand les légumes sont souples, passez-les au presse-purée. Ajoutez peu à peu le lait bouillant. Dans un bol, mettez la crème fraîche et les 2 jaunes d'oeufs. Délayez d'un peu de potage chaud. Versez dans la soupière, versez le potage par-dessus. Si le potage est trop épais, rajoutez un peu de lait chaud.

POTAGE AU POTIRON

3 litres d'eau, 1,5 kg de potiron, 2 oignons, sel, poivre.

Faire revenir les oignons coupés en morceaux dans un peu d'huile ou de la graisse d'oie. Lorsqu'ils commencent à blondir, y ajouter les potirons coupés en dés, remuer de temps en temps. Ajouter l'eau, le sel, le poivre, laisser cuire 1 h 30. Ecraser les morceaux ou passer au mixeur.

POTAGE AU POTIRON

Pour 6 personnes: 1 kg de potiron, 1/2 litre d'eau, 3/4 litre de bouillon de volaille, sel, poivre, noix muscade, 1 c à soupe de crème fraîche, 150 g de jambon de pays.

Retirez l'écorce, les pépins et les fibres du potiron. Coupez la chair en dés. Couvrez-les d'eau et de bouillon, portez à ébullition, assaisonnez et laissez cuire doucement pendant 1 h. Ecrasez si nécessaire la pulpe au tamis. Rectifiez l'assaisonnement en ajoutant, si besoin est, un morceau de sucre et joignez la crème fraîche. Coupez le jambon en lanières et ajoutez-les dans le potage. Servez bien chaud avec, à volonté, des croûtons frits.

POTAGE AU POTIRON ET AU JAMBON

Pour 4 personnes: 1 kg de potiron, sel, poivre, 100 g de crème fraîche, 150 g de jambon cuit, persil haché.

Pelez et épépinez le potiron, coupez-le en morceaux, faites-les cuire à l'eau bouillante salée et poivrée pendant 20 mn. Egouttez-les et réduisez-les en purée. Allongez cette purée avec l'eau de cuisson de façon à avoir un potage léger. Joignez la crème, le jambon coupé en morceaux et le persil. Vérifiez l'assaisonnement et servez tel quel ou avec des croûtons frits. Variante: on peut aussi faire étuver le potiron dans un peu de beurre avec quelques cuillerées d'eau et, après réduction en purée, l'allonger avec du lait chaud.

POTIRON AU GRATIN

Epluchez un kilo de potiron. Coupez-le en gros dés et faites-les cuire durant 15 minutes dans de l'eau bouillante salée. Pendant ce temps, préparez un roux avec 2 cuillerées à soupe de beurre et 2 cuillerées à soupe de farine. Ajoutez 1/4 de litre de lait et 2 cuillerées à café de purée de tomates. Faites cuire durant quelques minutes. Quand il est cuit, égouttez le potiron, réduisez le en purée; mélangez avec la sauce tomate, saupoudrez de gruyère rapé et passez quelques minutes à four chaud.

POTIRON EN SOUPIERE

Pour 6 à 8 personnes suivant la taille: 1 potiron, 125 g de crème fraîche, 2 oignons blancs, 1 verre de lait, 6 tranches de pain débitées en petits croûtons, du beurre, du sel et du poivre.

Décalotter le potiron, comme un melon. Enlever une bonne couche de chair et la découper en petits cubes. Hacher fin les oignons et poêler les croûtons au beurre. Remplir le potiron en alternant successivement: 1 couche d'oignon, 1 couche de croûtons, 1 couche de chair de potiron, etc. Saler et poivrer entre chaque couche tout en parsemant de noisettes de beurre. Verser enfin le verre de lait et recouvrir de fromage râpé et

de crème fraîche. Disposer dans un plat et recouvrir le potiron de sa calotte. Mettre à four moyen (thermostat 4, 150°) pendant deux heures. Servir chaud, le potiron servant de soupière.

PUREE CENDRILLON

1 kg de potiron, 500 g de pommes de terre, 1 branche de thym, 30 g de beurre, sel, poivre.

Cuire les pommes de terre et le potiron à la vapeur avec une branche de thym. Passer au moulin légumes, ajouter beurre, sel, poivre. Réchauffer sur feu doux. On peut aussi ajouter 10 cl de crème fraîche.

PUREE DE POTIRON

1 kg de potiron, 250 g de pommes de terre, 50 g de beurre, 2 oeufs, 2 verres de lait, sel, poivre.

Epluchez le potiron et les pommes de terre. Coupez-les en dés. Mettez-les dans une Cocotte-minute avec 2 verres de lait, sel, poivre et laissez cuire 10 minutes à partir de la mise en rotation de la soupape. Passez ces légumes en purée. Incorporez-y, hors du feu 50 g de beurre et deux oeufs battus en omelette.

PUREE DE POTIRON AUX EPINARDS

1 kg de potiron, 80 g de beurre, 500 g d'épinards, sel, poivre, 2 tranches de pain.

Débarrassez les épinards de leurs côtes. Lavez le potiron et coupez-le en potiron en gros dés. Mettez ces légumes dans une Cocotte-minute avec un verre d'eau et du sel. Laissez cuire 10 minutes à partir de la mise en rotation de la soupape. Coupez les tranches de pain en triangles ou en dés. Faites-le dorer doucement à la poêle avec un gros morceau de beurre. Egouttez et passez les légumes au moulin-légumes. Incorporez-y 30 g de beurre. Servez la purée entourée de croûtons.

PUREE DE POTIRON AUX POMMES DE TERRE

Pour 4 personnes: 1 kg de potiron, 75 g de beurre, 1 dl d'eau, sel, poivre, 350 g de pommes de terre, un verre de lait.

Pelez et épépinez le potiron, coupez-le en dés, faites-les étuver dans la moitié du beurre avec l'eau pendant 20 mn. Salez et poivrez. D'autre part, faites cuire les pommes de terre à l'eau salée pendant 20 mn environ, pelez-les. Réduisez le potiron et les pommes de terre en purées que vous mélangerez. Ajoutez le lait et le reste du beurre. Servez bien chaud avec des croûtons frits.

RISOTTO A LA CITROUILLE

500 g de citrouille, 80 g de beurre, 1 oignon, 250 g de riz, 3/4 de litre de bouillon, 100 g de gruyère râpé, 4 branches de persil, sel, poivre.

Couper la citrouille en petits dés. Faire fondre 50 g de beurre dans une cocotte, y faire blondir l'oignon finement haché. Ajouter la citrouille. Faire revenir de tous les côtés 5mn. Saler, poivrer, mouiller d'un verre de bouillon chaud. Mijoter 1à mn en mélangeant souvent. Jeter le riz en pluie. Mélanger jusqu'à ce que les grains soient transparents. Cuire 18 mn. Au moment de servir incorporer reste de beurre en petites noisettes et fromage râpé en battant vigoureusement. Parsemer de persil haché.

SOUFFLE DE POTIRON

Pour 6 personnes: pour un moule à soufflé de 25 cm de diamètre environ, 500 g de potiron, 100 g de gruyère râpé, 3 oeufs, 75 g de farine, 60 g de beurre, 1/4 de litre de lait, une cuillerée à café de sel, poivre, muscade.

Coupez le potiron en cubes, après l'avoir épluché, mettez-le dans une casserole avec le sel, couvrez et laissez cuire

jusqu'à ce que le légume soit souple, tournez à la cuillère de bois pour obtenir une purée, il n'est pas nécessaire de passer au presse-purée. Laissez cuire à petit feu pour épaissir la purée le plus possible. Pendant ce temps préparez la béchamel. Faites fondre le beurre dans une grande casserole car elle devra contenir toute la préparation. Ajoutez la farine et tournez à la cuillère de bois jusqu'à ce que le mélange mousse. Ajoutez, alors hors du feu et d'un seul coup le lait froid. Remettez sur le feu, laissez épaissir en tournant. Cette préparation doit être très épaisse car c'est elle qui soutiendra le soufflé. Ajoutez alors la purée de potiron, poivre, quelques râpures de muscade. Séparez les blancs des jaunes d'oeufs, battez les blancs en neige très ferme. Dans la casserole feu éteint ajoutez le gruyère râpé les jaunes d'oeufs mélangez bien puis dans cette pâte encore chaude, ajoutez les blancs battus. Pour ne pas casser les blancs mélangez la pâte de bas en haut à la spatule. Versez dans un moule beurré, mettez à four moyen (th 4-5). Servez de suite, ce plat attend difficilement. Il peut être servi en entrée ou comme accompagnement d'une viande blanche poulet, porc ou rôti de veau.

SOUFFLE DE POTIRON

Pour 6 personnes: 100 g de flocons de maïs, 500 g de potiron frais coupé en morceaux (ou 1 boîte de purée de potiron doux), 2 c à soupe d'huile, 1/2 litre d eau, 1 gros oignon, 3 c à soupe de sauce soja, poivre, noix de muscade, 2 oeufs, 2 c à soupe de persil haché, 1 c à soupe de beurre ou d'huile.

Faites blondir les oignons finement émincés dans l'huile, ajoutez le potiron, les flocons de maïs et l'eau. Mélangez bien le tout et laissez bouillir 15 minutes environ. Passez au passe vite ou au mixer. Ajoutez les jaunes d'oeufs et le persil assaisonnez selon votre goût à la sauce soja, sel, poivre et noix de muscade. Mélangez délicatement les blancs d'oeufs battus en neige à la masse. Huilez un plat à soufflé et versez-y la préparation. Parsemez de quelques noisettes de beurre ou versez quelques gouttes d'huile dessus et faites cuire 30 à 40 minutes au four. Servez immédiatement. Comme variante, on peut ajouter 50 g de gruyère rapé.

SOUPE A LA CITROUILLE

Faire revenir 1 oignon haché avec 250 g de lard frais coupé en dés. Ajouter 1 kg de citrouille, saler, poivrer. Cuire 30 à 45 mn. Ecraser à l'écumoire, ajouter 1 litre de lait chaud et cuire encore 30 mn à couvert. Ajouter 1 grosse c à soupe de crème fraîche et 50 g de gruyère râpé. Servir.

TARTE AU POTIRON

Faire cuire dans très peu d'eau 1 kilo de potiron, coupé en dés. Passer en purée, ajouter 1 c à soupe de farine, n peu de crème fraîche, un oeuf entier et 50 g gruyère râpé. Verser sur la pâte brisée, parsemer de petits morceaux de beurre et cuire 20 mn à four chaud. On peut procéder de même avec des courgettes ou des blettes.

TARTE AU POTIRON

Une boule de pâte à tarte de la valeur d'un bol, 1 kg de potiron, 400 g de champignons de Paris, une poignée d'olives noires dénoyautées, une demi-cuillerée à café de noix de muscade râpée, 150 g de gruyère râpé (facultatif).

Cuire le potiron, vingt minutes, dans une casserole et ensuite bien l'égoutter; faire sauter les champignons coupés en tranches (après les avoir rincés et débarrassés de leurs pieds terreux) pendant dix minutes, puis les égoutter. Foncer la tarte dans un plat à tarte, la recouvrir d'un papier sulfurisé, la cuire au four chaud un quart d'heure. Mélanger le potiron avec les champignons, les olives, le gruyère, la noix de muscade; mettre le tout dans la tarte. Laisser cuire encore, un quart d'heure au four. Servir chaud.

TARTE AU POTIRON ET AUX CHIPOLATAS

Repos: 1 h. Préparation: 40 mn. Cuisson: 30 mn. Pour 5 ou 6 personnes: 500 g de potiron, 7S g de lard de poitrine fumé, 2 saucisses chipolatas, 1,2 dl de lait, 220 g de farine, 140 g de beurre, 2 c à soupe d'huile, 1 oeuf, sel, poivre.

Préparez la pâte dans une terrine, travaillez ensemble du bout des doigts 200 g de farine, 100 g de beurre ramolli, 2 pincées de sel et 6 ou 7 cl d'eau tiède. Roulez en boule. Laissez

reposer au moins 1 h. Pelez le morceau de potiron, retirez les graines et les parties fibreuses coupez la pulpe en gros dés, mettez-les dans une casserole avec 2 cuillères à soupe d'eau. Couvrez, laissez cuire 5 à 6 mn à feu vif. Dès que les morceaux s'affaissent, écrasez-les, salez, poivrez et continuez la cuisson à découvert pour bien dessécher cette purée; baissez le feu si nécessaire. Dans une petite casserole, faites fondre 20 g de beurre et incorporez 20 g de farine, laissez blondir puis versez le lait froid en une seule fois. Remuez jusqu'à ébullition, salez, poivrez, laissez cuire 5 mn en remuant souvent. Mélangez à la purée de potiron et incorporez l'oeuf entier battu. Laissez refroidir complètement. Faites chauffer le four th 7 (210°C). Beurrez le moule. Coupez le lard en dés minuscules, faites-les rissoler à la poêle avec 1 c d'huile, puis ajoutez-les à la purée de potiron. Coupez les chipolatas en rondelles de 1 cm, faites-les également rissoler sur les deux faces dans la poêle où vous aurez ajouté la deuxième cuillerée d'huile. Etalez la pâte et garnissez-en le moule. Piquez-la légèrement, recouvrez-la de papier sulfurisé et de petits cailloux. Enfournez pour 7 mn, puis retirez cailloux et papier sulfurisé et remettez-la 3 mn au four. Garnissez avec la purée de potiron et rangez par-dessus les rondelles de saucisses. Enfournez pour au moins 20 mn. Démoulez et servez.

TARTE AU POTIRON ET AUX OIGNONS

Pour 6 personnes: une pâte brisée faite avec 250 g de farine et 150 g de beurre. Garniture: 500 g de potiron, une grosse pomme de terre, 200 g d'oignons doux d'Espagne, sel, poivre 2 c d'huile d'olive, 100 g de gruyère râpé, 3 oeufs.

Faites la pâte brisée et laissez-la reposer au moins une heure. Epluchez le potiron, coupez-le en gros cubes, mettez-le dans une-casserole avec une cuillerée d'eau et le sel. Couvrez et laissez cuire jusqu'à ce que la chair soit tendre, enlevez le couvercle, laissez l'eau s'évaporer, mélangez à la cuillère de bois pour obtenir une purée homogène. Epluchez la pomme de terre, passez-la au moulin julienne avec le disque grosse-râpe, émincez les oignons. Dans une casserole, mettez l'huile et les oignons, laissez-les s'assouplir et avant qu'ils ne commencent à dorer ajoutez les pommes de terre. Laissez cuire encore quelques instants avant d'ajouter le potiron. Mélangez, ajoutez les oeufs battus en omelette et les 3/4 du fromage râpé. Garnissez un moule à tarte avec la pâte brisée. Versez dessus la préparation légèrement refroidie. Saupoudrez du reste de gruyère. Mettez à four chaud (th 8-9) pour 45 minutes environ. Baissez la température à mi-cuisson si le dessus se colore trop. Variante. Ce plat peut se faire en mélangeant au potiron pour 1/3 de son poids, du fenouil en bulbe; le fenouil coupé en tranches et cuit à l'eau ou à la vapeur et ajouté en couches entre 2 couches de potiron: dans ce cas on supprime les pommes de terre.

TARTE SALEE AUX COURGES

Pour 6 personnes: Un fond de tarte en pâte brisée de 23 cm de diamètre. Garniture: 2 courgettes, 300 g de potiron, 2 oeufs, 1 dl de lait, 100 g de fromage râpé (cheddar, gruyère), sel, poivre.

Faites cuire le fond de tarte à blanc à four chaud 10 mn. Faites pocher les courgettes et le potiron pelé coupé en cubes 10 mn à l'eau bouillante salée, égouttez-le. Coupez les courgettes en rondelles et le potiron en lamelles, disposez-les sur le fond de tarte en alternant. Battez les oeufs entiers avec le lait, le fromage et l'assaisonnement. Versez le tout sur les légumes et faites cuire à four chaud (220°C) pendant 25 mn.

VELOUTE DE POTIRON

Pour 4 personnes: 500 g de potiron, 3 pots de yaourt, 1 oignon, 20 g de beurre, 1 brin de romarin, 5 cl de vin blanc, 2 tablettes de bouillon, poivre, noix muscade râpée, 2 brins de persil.

Faites fondre le beurre dans une cocotte et mettez-y à revenir l'oignon émincé. Ajoutez les morceaux de potiron et le brin de romarin, mélangez et mouillez avec le vin. Dès l'ébullition, ajoutez 1/2 verre d'eau, couvrez et laissez cuire pendant 20 à 25 mn à feu doux. Une fois le potiron bien tendre, retirez le brin de romarin et mixez le contenu de la cocotte. Reportez la purée sur le feu et diluez-la avec 75 cl de bouillon. Poivrez assaisonnez de noix de muscade. Laissez cuire pendant 10 mn, puis hors du feu incorporez deux yaourts. Mélangez bien. Répartissez le velouté dans des assiettes. Battez le yaourt restant de façon à ce qu'il soit bien fluide déposez en une cuillerée à soupe au centre de chaque assiette et à l'aide d'une lame de couteau dessinez des rayons. Parsemez le milieu de persil haché et servez aussitôt.

BEIGNETS DE POTIRON

Pour 6 personnes: 1 kg de potiron, 1 dl d'eau, 1 gousse de vanille fendue en deux, 75 g de sucre, 250 g de farine, 30 g de levure fraîche, 2 c à soupe de lait.

Pelez et épépinez le potiron, coupez la chair en dés, faites-les cuire avec l'eau la vanille et le sucre pendant une vingtaine de minutes. Réduisez en purée bien sèche à laquelle vous incorporerez la farine tamisée et la levure préalablement délayée dans le lait tiédi. Laissez lever à couvert dans un endroit tiède pendant 2 h environ. Prélevez alors des boulettes de pâte que vous plongerez dans l'huile chaude. Ne faites pas plus de 5 à 6 beignets à la fois, égouttez-les dès qu'ils sont dorés et servez-les saupoudrés de sucre.

CAKE AUX EPICES AU POTIRON

Pour 8 personnes: 250 g de beurre, 250 g de sucre, 4 oeufs, 300 g de farine, 150 g de purée de potiron, 1 c à café de cannelle en poudre, 1/2 c à café de clous de girofle en poudre, 1 c à café

de levure en poudre, 125 g de dattes dénoyautées et hachées, 125 g de noix grossièrement hachées.

Travaillez la matière grasse avec le sucre, ajoutez les oeufs battus, peu à peu, en fouettant au fouet électrique. Ajoutez la farine, la purée de potiron, les épices et la levure. Incorporez les dattes et les noix. Versez la pâte dans un moule à cake tapissé de papier d'aluminium beurré. Frites cuire à four moyen (180°C) 1 h 15.

COMPOTE DE POTIRON AU MIEL

Pour 6 personnes: 1,500 kg de potiron rouge, 1 orange, 1 citron, 100 g de raisins secs, un petit verre de rhum, 250 g de miel.

Coupez la chair du potiron en cubes et les agrumes bien lavés en rondelles. Mettez le tout dans une casserole. Faites gonfler la moitié des raisins dans le rhum. Versez le miel dans la casserole. Ajoutez le reste des raisins. Faites cuire sur feu doux, à couvert pendant 30 mn environ. Retirez les tranches d' orange et de citron, tapissez-en le fond d'une coupe ou d'un saladier. Réduisez le potiron en purée. Versez-la dans la coupe et ajoutez les raisins macérés dans le rhum. Laissez refroidir et servez frais.

CONFITURE DE POTIRON

Pour 6 pots environ: 1,500 kg de pulpe de potiron, 2 oranges, 1 citron, 1,250 kg sucre.

Coupez le potiron en cubes et les agrumes bien lavés en tranches fines. Mettez le tout dans une grande terrine en couches alternées avec le sucre. Laissez macérer 24 h. Portez le tout à ébullition et faites cuire pendant 40 mn environ. Vérifiez la consistance et mettez en pots.

CONFITURE DE POTIRON AUX ABRICOTS

1 kg d'abricots secs, 3 kg de potiron, 2,500 kg de sucre, 2 gousses de vanille, le zeste râpé d'un citron.

La veille faites tremper les abricots secs. Au moment de faire la confiture, égouttez les abricots. Réservez l'eau de trempage et mettez-la dans une bassine à confiture. Coupez le potiron en cubes. Amenez à ébullition l'eau de trempage des abricots. Mettez-y les cubes de potiron. Egouttez-les dès qu'ils sont cuits (20 minutes). Passez-les au presse-purée. Dans la bassine vidée de l'eau de cuisson, mettez la purée de potiron, le sucre, la vanille, le zeste de citron, les abricots coupés en quatre. Amenez doucement à ébullition, puis laissez cuire 40 à 50 minutes en remuant très souvent. Mettre en pot.

FLAN AU POTIRON

Pour 6 personnes: 500 g de chair de potiron, 3/4 de litre de lait, 150 g de fécule de maïs, 200 g de sucre, 3 oranges. Caramel: 80 g de sucre en morceaux, 3 c à soupe d'eau.

Coupez la chair du potiron en cubes et faites-les pocher 20 mn à l'eau bouillante salée, égouttez-les et réduisez-les en purée. D'autre part, délayez la fécule dans le lait froid, faites épaissir sur feu doux en remuant sans arrêt. A l'ébullition, ajoutez le sucre, le jus des 3 oranges et le zeste râpé de l'une d'elles, donnez un bouillon. Préparez un caramel avec le sucre et l'eau, caramélisez un moule à manqué et versez-y la préparation. Laissez refroidir, démoulez au moment de servir.

PUDDING AU POTIRON

Pour 6 personnes: 600 g de chair de potiron, 1/2 verre d'eau, 1 gousse de vanille, 2 c à soupe de farine, 2 c à soupe de crème fraîche, 80 g de sucre, 4 oeufs, 2 c à soupe de rhum, une poignée de raisins secs. Caramel: 80 g de sucre, 2 c à soupe d eau.

Coupez la chair du potiron en dés, faites-les cuire avec l'eau et la vanille fendue en deux, pendant 20 mn. Réduisez-les en purée. A cette purée, ajoutez la farine, la crème, le sucre et les oeufs battus, puis le rhum et les raisins. Préparez un caramel avec le sucre et l'eau. Caramélisez un moule à charlotte, versez-y la pâte préparée et faites cuire au bain-marie à four moyen (180°C) pendant 1 h. Laissez refroidir avant de démouler sur le plat de service.

QUATRE QUART AU POTIRON

Pour 8 personnes. Pâte: 4 oeufs, leur poids en sucre, en farine et en beurre, une pincée de sel, le zeste râpé de 1 citron, 1 sachet de levure en poudre. Compote: 500 g de pulpe de potiron, 200 g de sucre en poudre, 2 citrons, 2 dl d'eau.

Travaillez les oeufs entiers avec le sucre en mélange mousseux, ajoutez peu à peu, en alternant, la farine tamisée et le beurre fondu. Joignez le sel, le zeste de citron et la levure. Versez la pâte dans un moule à manqué beurré de 23 cm de diamètre. Faites cuire 40 mn à four moyen (180°C), puis doux (150°C). Laissez refroidir sur grille. D'autre part, coupez la pulpe de potiron en morceaux, faites-les cuire en compote sur feu doux (30 mn environ) en remuant de temps en temps. D'autre part coupez les citrons en rondelles et faites-les pocher dans l'eau (15 mn environ). Ajoutez ma moitié de ces citrons à la compote à mi-cuisson de celle-ci. Découpez le gâteau refroidi en trois dans le sens de l'épaisseur (vous le ferez plus facilement si le gâteau est fait la veille). Fourrez-le de compote de potiron, reconstituez-le et décorez du restant des rondelles de citron coupées en morceaux.

TARTE AU POTIRON

Mesure 1 tasse = 1/4 de litre. Pour 2 tartes de 22 cm de diamètre. 2 pâtes à tartes préparées, 4 oeufs, 850 g de potiron cuit, 1 tasse 1/2 de sucre en poudre, 1 c à café de sel, 2 c à café de cannelle, 1 c à café de gingembre, 1/2 c à café de poudre de girofle, 1 grosse boîte de lait condensé.

Chauffer le four à 220°C. Battre les oeufs ajouter les ingrédients un à un dans l'ordre. Verser sur les tartes. Cuire 15 mn à 220°C. Puis 40 à 50 mn à 180°C, jusqu'à ce qu'une lame de couteau ressorte sèche. Laisser refroidir sur une grille.

TARTE SUCREE AU POTIRON

Pour 6 à 8 personnes: un fond de tarte en pâte brisée de 23 cm de diamètre environ. Garniture: 1,500 kg de potiron, 20 g de beurre, 150 g de sucre, 1 gousse de vanille, 2 oeufs, 2 c à soupe de crème fraîche, 100 g d'amandes en poudre.

Faites cuire le fond de tarte à blanc 10 mn. D'autre part, pelez et épépinez le potiron, coupez-le en cubes, faites-les étuver dans le beurre avec le sucre et la vanille jusqu'à ce que le légume soit tendre (30 à 40 mn). Réduisez-le alors en purée après avoir retiré la vanille. Mélangez cette purée aux oeufs battus, à la crème et aux amandes. Garnissez le fond de tarte avec cette préparation et faites cuire 40 mn à four moyen (180°C). Décorez à volonté de crème Chantilly.